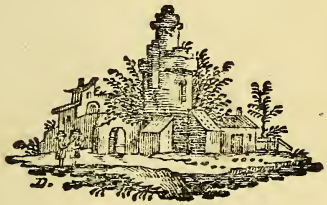
32 A 119.

Poëme en vers latins
sur l'art de conserver la santé
par le P. Desbillons.

ARS BENE VALENDI.

AVCTORE

FRANC. IOS. TERRASSE DES BILLONS.



HEIDELBERGAE

ex Officina IOANN. WIESEN, *Vniverſ. Typogr.*

MDCCLXXXVIII.

9671

Digitized by the Internet Archive
in 2011 with funding from
Open Knowledge Commons and Harvard Medical School

http://www.archive.org/details/arsbenevalendi00desb

ARS BENE VALENDI.

Diuturna firmæ munera valetudinis
Memorem eſſe tanti me beneficii admonent:
Exponere ergo verſibus ſenariis
Conabor artem bene valendi, ſim licèt
Longaevus, atque ſeptuagenario (*a*)
Pleni tres anni jam mihi ſupervenerint.
Ante omnia graves & male ſequaces procul
Curas fugari praecipio: gignunt enim
Perfacilè, proritantque morbos corporis
Moerentis animi quaevis aegritudines.
Moeror videlicet ipſa cordis intima
Percellit adyta & contrahit; nervos modò
Reſtringit & modò ciet ac domeſticis
Rixis quibusdam ſpiritus agitat leves;
Et viſcera etiam & molliores muſculos
Corrugat: ex his porrò motionibus
Magnam liquorum corpore in toto omnium
Turbationem oriri, & in nervis ſimul
Convulſiones fieri conſectarium eſt:

(*a*) Circa menſes Auguſtum ac Septembrem anni 1784 carmen iſtud confeci.

Conflatur hinc etiam habitus ſtomachi malus
Et in fluento ſanguinis inaequalitas.
Studebis ergo diligenter, amabilem
Vt hilaritatem, quoad ejus fieri poteſt,
Perpetuam comitem ſibi habeat regina mens.
Genuina mentis hilaritas, fortè inquies,
Ad ſanitatem corporis multùm quidem
Conducit: at eâ quis mihi dabit frui?
Dabit ipſe Chriſtus, chriſtianae ſi modò
Non erubueris legibus vitae obſequi.
Nam vita verè chriſtiana fomitem
Extinguit omnem triſtitiae; & ubi ſanctitas,
Ibi eſt alacritas: & bona conſcientia
Animae innocenti juge quaſi convivium.
Sortem hanc beatam, ad montis abrupti latus,
Inter ferarum luſtra, rupis horridae
Tenebroſo in antro, Paulus (*b*) olim reperit
Fortis adoleſcens. Cùm Tyrannorum impiam
Effugeret ille rabiem; & urbes & ſuam
Cùm cogeretur Patriam relinquere,
In ultimâ Thebaide aſylum quaeſiit
Prope mare rubrum, deligens ſedem ſibi
Ignotam hominibus, ſolis habitatam feris;

(*b*) Anachoretarum princeps.

Ibique, ſummâ quamvìs in penuriâ,
Vndâque purâ dactylisque victitans
Vitam peregit morbo nulli obnoxiam,
Longiſſimam perinde ac jucundiſſimam;
Annumque tandem cùm duodecimum ſupra
Centeſimum expleviſſet, in placidâ prece
Genibusque flexis obiit extremum diem.
Tanti eſt hilariter & innocenter vivere!

Nunc vitae de regimine, quod frequentior
Videatur uſus poſtulare, differam.
Principio, ubi ſatis ſe refecêre uvido
Vapore ſomni membra, & evigilas, ſtatim
Te proripe, quaſi flamma lectum invaderet:
Nec differendi quaere cauſas; nam ſemel
Si diſputare coeperis tecum, nihil
Evincet ratio; pigritia legem dabit;
Et praevalebit, non ſalubris ut priùs,
Cupido dormiendi, at immo noxia.

Somni videlicet omnibus largitio
Benignior, atque maximè ſenibus, nocet:
Nam denſat, hebetatque ſimul alipedum levem
Naturam, & aſſuetam agilitatem praepedit
Spirituum, & ipſos ſanguinis praeter modum
Curſus retardat: tum quia humores pigros
Et glutinoſos, glandulae quos faucibus

Haerere cogunt, exſcreare non licet,
Hi, porta facilis quâ datur, ſtomachum petunt;
Ipſumque fece pituitoſâ gravant.
Surge ergo. Quòd ſi forſan aliquanto minus,
Quàm tibi neceſſe fuerit, ſomno indulſeris;
Naturâ, quod per noctem ſurreptum eſt ſibi,
Aſtuta nôrit recuperare per diem;
Et in ſedili dormies vel ferreo;
Et iſte ſomnus, utpotè neceſſarius,
Suaviſſimus erit, & utilis, quanquam brevis.
Quâ ſurgere autem deceat horâ, forſitan
Rogabis: utinam, ſaltem in hoc, ſancta audeas
Exempla veterum Chriſtianorum ſequi!
Conventibus illi & vigiliis conſueverant
Solemniora, noctibus etiam aſperis,
Celebrare feſta: numerus hinc hominum, piis
In ſolitudine officiis vacantium,
Prope infinitus exſtitit; quorum pater
Et inſtitutor magnus ille Antonius,
Vigens & alacris, quanquam erat valdè ſenex,
Meditationi & precibus inſomnes adhuc
Noctes dicabat; & inopino ſi redux
Ipſius oculos fortè ſol perſtringeret
Lumine, dolebat; & querebatur, ſuum
Quòd citiùs interciperet initum cum Deo,

Veri datore luminis, commercium.
Hinc varii & exſtant Coenobitarum greges,
Qui praeſidentis ſub Magiſtri regulâ
Vitam innocentem longè à deliciis agunt,
Et ut ſupremo Numini laudes canant,
De nocte ſurgunt: hi ſuis, ac ſæpius,
Hominibus à plerisque credi qùam ſolet,
Deum propitiant ſupplicationibus,
Et publica averruncant infortunia:
Eccleſia etenim chriſtiana hos in ſinum
Dum recipit ultro, dumque fovet & approbat,
Monétque ſanctas ut preces fundant, ſimul
Dat facilitatem id impetrandi quod rogant.
Porrò inter iſtos an minùs, quaeſo, bene
Valetur; anne vivitur minùs diu,
Quàm ſolet accidere ceteris mortalibus?
Quinimmo plerique meliùs longè valent,
Vivúntque noſtri Coenobitae diutius,
Quàm qui per horas ſeptem, octo, novem, decem,
Somno litantes, optimo in lecto jacent,
Suàmque turpem edormiunt ignaviam.
Hi ſua ſopori membra poſtquàm altiſſimo
Longiſſimóque tradidêre, ſi velint
Lucem diurnam animalibus cum ceteris
Carpere, ſtupentes & veternoſi ſolent

Plerique prae se incommodam ferre omnibus
Morositatem: contra alii semper fere
Hilares & alacres se exhibent, & amabili
Serenitate frontis ostendunt bonae
Mentis opus & cum fratribus communicant.
Quod & ipse certo poteris indicio tibi
Manifestum habere: nam simul expergiscéris,
Si sensus aliquis te statim occupaverit
Et purioris & intimae dulcedinis,
Vt pectus etiam subsiliat prae gaudio,
Osque tibi laetis strepitet injussum sonis:
Somnum tibi fuisse nec nimis brevem,
Nec longiorem, natura ipsa sed sibi
Qualem expetebat, inde colligi potest.
Vbi membra stratis liberata sunt, cutis
Dum tenerioris incalescentes adhuc
Hiant meatus, ora & oculos & manus
Frontémque narésque aurésque intus & foris
Gelidâ lavare ac defricare leniter
Profuerit: ipsas at manus aliquandiu,
Circuitum sanguis usque dum peregerit,
Mersas tenêri vase in aquario velim,
Immobilésque, tanquam in balneario.
Haec semel aut rarò si egeris, parum quidem
Aut fortè nihil exinde percipies boni;

Sed ſi tibi eadem propria uſu feceris
Quotidiano, proderunt, nec inania
Subſidia vitam ad prorogandam conferent.
Verumtamen ad hanc lubricam mortalium
Fragilémque vitam prorogandam quid labor
Humanus aut ars poſſit aut induſtria
Praeſtare, ſi vitae auctor & arbiter Deus
Non opituletur? Ergo precibus hunc piis
Colere memento protinus & ora, his tuis
Adſit diurnis operibus & ea dirigat.
Heu! coeci & omnis indigi ſapientiae
Erramus inter innumera pericula,
Vitare quae non poſſumus, niſi praeviam
Habeamus illam lucis aeternae facem
Quae noſtrum in orbem, haereditariâ lue
Infectum, & umbrâ mortis undique obrutum,
Delapſa Coelo vênit, ut caliginem
Pelleret & aegris ſanitatem redderet.
Supplicibus ipſam deprecationibus
Implora, ut animi & corporis mala indicet
Vitanda, & adſit obtinendis in bonis.
His artibus, uti oportet omnes, ſic decet
Se gerere, ſic diem auſpicari convenit
Pueros, ſic juvenes, ſic viros, ſic & ſenes.

Nunc porrò nobis cùm tres horae circiter
Superſint ante quàm dies proceſſerit
Ad umbilicum, dum quibusdam edonibus
Bibaculísque ponitur jentaculum,
Videamus, an ſit utibile aliquatenus
Jentaculum ipſum, aut eſſe quale debeat.
Hîc de puerulis hominibúsve debilis
Ac delicati corporis loquar nihil:
Hos namque multo ceteris frequentiùs
Fas eſt cibos capeſſere vel etiam juvat,
Parcâ modò tamen ſingulis vicibus manu
Capeſſere nôrint. Ad alios quod pertinet,
Stomachi ruentis aut latrantis cùm ſibi
Rarò exoriri difficultates ſciant,
Jentare eosdem rarò debere arbitror:
Tum vini cyatho temperati & fruſtulo
Panis ſiliginei eſſe contentos decet.
Si Stomachus aliquâ cruditate rancidâ
Paulùm fatiscat, purâ aquâ recreabitur
Eâque ſolâ, & ſe levabit ſordibus.
At ſi fere omnes jam per Europae plagas
Paſſim receptae imperio conſuetudinis
Obtemperare coeperis & exoticos
Malis liquores bibere, chocolatam, theam,
Cafeum, iniquam qùod non hanc cupidinem

Tentaveris reprimere, ferius ocyus
Te poenitebit: namque potus perfidi
Dulcedo victrix, si fuerit usus frequens,
Secum veneni devehit quoddam genus:
Quod & memorabile experimentum probat.
Etenim ducentos ante annos & ampliùs,
Quae saepe causa est hominibus apoplexiae,
Cùm maximè regnaret ebriositas
Inter bibaces incolas Germaniae,
Rari tamen erant inter eos apoplectici (*c*).
Hoc tempore autem cùm sibi magis, quàm sui
Proavi solebant, temperent, nec saepius
Gallis vel Anglis sese ingurgitent mero,
Longè frequentius isto perniciabili
Morbo appetuntur. Cladis hujus si velis
Causas requirere sedulò & paulo altius
Repetere mecum; valdè id admiraberis,
Quòd ubi liquores, de quibus mihi quaestio
Est instituta, crebriore publici
Vsus honore in urbibus Germaniae
Inclaruerunt, torridique maximè

(*c*) Jacobus Praefectus, medicus Siculus, Libro de diversorum vini generum natura, Venetiis, 1559. 8vo. fol. 33. verso, quaerit: *Cur Germani bibacissimi omnium apoplexiam non incurrunt, licet frequenter inebrientur.*

Liquor Cafei, nota paucis antea
Apoplexia brevì coepit eſſe nobilis,
Suúmque latè mox furorem exercuit.
Ne me tamen ſeveriorem exiſtimes
Cenſorem, ab omni parte non ego aſſeram
Eſſe hos liquores noxios; immo utiles
Aliquando multis eſſe poſſe bibentibus
Fatebor ultro. Vſus eorum ſcilicet
Nec quoslibet prohibeo, nec quibuslibet:
Solos abuſus damno. Praeſertim juvat
Chocolata, ſi prudenter & parcâ manu
Sumatur, & non ad palati arbitrium,
Sed idonea ut ſit debili atque deſidi
Fultura ſtomacho. Neque tamen frequens, neque
Quotidiana debet eſſe hujusmodi
Potatio, niſi fortè perpetuis tibi
Stomachus graveſcat pituitae fluxibus.
Namque piperatis ſulphuréisque dotibus
Chocolata debet, ſi bona eſt, conſiſtere:
Proinde Stomachum, ſi pigretur, excitat;
Simùlque pingui rore languentem fovet.
At ſi valentem & talis adjutorii
Minimè indigentem ſaepius irroraveris
Placito liquore, craſſiorum ad illius
Membranam abacta partium importunitas

Laſſabit ipſum pondere haud innoxio:
Iſtaeque feces aegre ubi diſceſſerint
Et ſuperiores ad meatus ilium
Devenerint, ſtatio ipſis ampla commodè
Cùm ſe hîc aperiat, hinc & hinc ad ultima
Latera recedunt, & ibi pertinaciùs
Reſident, malúmque ſuccum per tenuiſſimos
Venarum hiatus in fluentum ſanguinis,
Simùlque morbos multiplices introferunt.
Chocolatae amator in meam ſententiam
Non facilè forſan deſcenderit: Immo, inquiet,
Et Itali & Hiſpani & Americani hanc bibunt
Quotidie, & mali inde percipiunt nihil.
Concedam id ultro: ſed ad eos ſermo hic meus
Non ſpectat, alio quippe quos Deus in ſolo
Dum vivere jubet, corporibus aliis quoque
Inſtruxit, ac nos, qui glacialibus plagis
Viciniores, inſtituto diſpare
Alióque vitae regimine adſtricti ſumus.
Hi nempe Solis fervidi potentiâ
Quaſi torrefacti, ac diffluentes ſaepius
Sudore largo, laxioribus cutis
Meatibus vapores ſubtiliſſimos
Mittunt ſuúmque ſanguinem depauperant,

At nos, mala quibus ista metuendi locus
Vix ullus unquam est, remediis ejusmodi
Non indigemus: vix & inter nos erit
Centesimus, usu qui sibi haec indulgeat
Quotidiano sine gravi periculo.
Ignea facultas scilicet nostris inest
Corporibus, à diuturno nostro frigore
Circùm ingruente, & adstringente cuticulam,
Coacta major, quàm sui ut morem ordinis
Retineat, ignes si novos acceperit.
His itaque, nisi ego fallor, in regionibus
Chocolata paucis proficit, multis nocet

Theam fere omnes esse dicunt omnibus
Bonam & benignam. Nomine hoc certè utilis
Potest videri, quòd pigrantem exsuscitet
Firmétque stomachum, & ilium magìs habilem
Reddat vigorem: sed neque est innoxia:
Hanc namque, lectum petere cùm jam cogitas,
Si biberis, artus postmodùm stratos tibi
Difficilè dulcis irrigaverit sopor:
Et inde poterit colligi, hujus maximam
Confluere laticis partem unà cum sanguine,
Et inordinatis aestuare motibus.

Plerique sed cùm jam diu consueverint,
In Angliâ praesertim & in Germaniâ

Hollandiâque Daniâque ac Norvegiâ,
Et ſingulis diebus & horâ qualibet,
Iſto usque & usque proluere ſe poculo,
His ſaepius eò res ad extremùm redit,
Vt quod boni eſſe remedii poterat loco,
Si parcè & aptâ cum rationis regulâ
Inſumeretur, fiat imprudentiâ
Intemperantiâque quoddam toxicum.
Quippe Thea ſolvit glutinoſas viſcérum
Acuítque ſordes, & volatilem ſuam
Inſinuat ipſis indolem; nec ſecius
Nervósque venásque irrigando permeat,
Agitátque volucres ſpiritus & ſanguinem:
Sed illa, ſi hauſtus fuerit copioſior
Numeroſiórque, incipiet efferveſcere;
Et inter atomos magna ſulphureos erit
Salariósque pugna; móxque ſuum febris
Accendet ignem; cùmque debacchans liquor
Anguſtiores in canaliculos ſimul
Fremat, ſimúlque ſtypticâ vi polleat,
Stringit meatus cratitios & obſtruit
Eodem, in ipſos quo cietur, impetu:
Atque hinc periculoſa ſaepe malignitas
Conflata febrim derepentè procreat.

Majoribus adhuc ſolet amatores ſuos
Malis Cafeum objicere: quippe quod nocet
Nervis jecinoríque & fluento ſanguinis,
Ipſique ſtomacho: & permeans nervos quidem
Pars atomorum ejus levior ac ſubtilior
Agiles propellit ad inſuëtam ſpiritus
Pernicitatem: quo fit, ut Scriptoribus
Plerisque ſuboriatur expeditior
Imaginandi facilitas; ſed hanc quoque
Progignere poteſt ebrietas, febris poteſt;
Et ſubita ut haec eſt utilitas, ita & brevis:
Et ſemetipſâ celeritas conſumitur;
Et ſpiritus minore copiâ fluunt,
Agitántque ſeſe minùs alacriter quàm priùs;
Nervíque rapidis infolitísque motibus
Vexati inante contrahuntur & pati
Affectiones occoepere ſpasmicas. (*d*)
Latex Arabicus jecinori nihilo magìs
Favebit: immo glandulas ejus fero (*e*)

(*d*) Nervi dicuntur apud Plinium ſpaſtici, qui affectiones ſpasmicas, ſive contractiones patiuntur: eas autem vocare malui ſpasmicas, a ſpasmo, quàm ſpasmoticas, ut vocari vult Caſtellus in lexico medico.

(*e*) Aquam lactis appellat ferum Virgilius, Georg. L. 3. v. 406. — *Paſce fero pingui.*

Opplebit acri & feculento: nam liquor
Sanguineus, iſte quem malè infecit latex,
Simul atque ſe diffudit obvium in jecur,
Quaerit ſe Arabico liberare toxico,
Magnámque partem ſordium exceptoriis
Paſſim relinquit haerentem hujus glandulis.
Hae porrò ſordes cartilagineis ubi
Hypocondriorum ſe inſeruêre cratibus,
Ibi ingenerare quasdam habitudines ſolent
Valdè importunas, quos vapores patrio
Sermone Galli nominant, quaſi ſi forent
Fumi avolantes ſummum ad usque verticem,
Spectrísque cerebrum & mentis omnem regiam
Foedè ominoſis ludificantes & mali
Imaginoſi cruciantes vano metu.
Vtut eſt, malorum ſaepe imago non minùs
Terribile damnum, quàm mala ipſa, ſuſcitat.
Venis receptus Arabicae liquor fabae
Prodeſſe nobis certè vix unquam poteſt:
Condenſat etenim ſanguinem, nedum eliquet,
Ut ſibi fere omnes fingunt, vel amant fingere:
Primùm quidem illum diſſipat, rarefacit,
Agiliorémque reddit; at volatiles
Poſtquàm ejus atomos cum ſuis levioribus
Elementis varios per meatus corporis

Disjecit & coegit evanescere,
Tum partes reliquae crassiores desident:
Et agilitatem densitas pigra excipit.
Hae deinde partes in stomachum, unde celeriter
Erant profectae, tardiùs dum refluunt,
Socias residuis se ejus addunt fecibus;
Eóque fit, utì, qui priùs ordinariâ
Concoctione ciborum ut expeditiùs
Defungeretur, aliquid opis acceperat,
Nunc, sordium cùm duplicatur tarditas,
Is difficiliùs atque conatu magìs
Laborioso exerceatur, si queat
Levari inerti & indigesto pondere.

Ergo Chocolata, Thea, Cafeum, ceterae
Similes deliciae ab exteris regionibus
Ad nos, jubente luxuriâ, advectae gulam
Juvare possunt, prope nihil stomachum juvant,
Et sanitati saepius multùm nocent.

Aliquando prosunt, fateor, & quadantenus
Per me licebit adhibeantur ut loco
Remedii: at usus remediorum neutiquam
Quotidianus debet esse, sed infrequens,
Vt ratio recta suadet, & frugaliter
Cautéque ab illo debet auxilium peti.

Si quem parens Natura pinguem finxerit,
Miniméque bilioſum, & humidâ ſimul
Communierit ac pituitoſâ indole;
Vti Cafeo tutiùs, quam ceteri,
Hic poterit; & nunquam ejus ex potu fere
Quotidiano ſentiet noxam gravem,
Modò tamen uno meminerit ſe poculo
Proluere vicibus ſingulis, nec ampliùs.
Nativus autem corporis habitus macrum
Siccúmque tibi ſi temperamentum dedit,
Si bile ferves, vel tibi neceſſariâ
Si deſtituitur lymphâ ſanguineus liquor,
Heu! fuge Cafeum: fuge venenum: ſi bibas
Parum Cafei, tu bibes parum quidem
Veneni, ſed venenum tu bibes tamen.
At pauci, ubi aliquid quod palatum recreet,
Ponitur ob oculos, ſeriò conſiderant
Quid varia poſcat delicati corporis
Poſitura, vel quid temperamentum velit:
Obtemperant plerique conſiliis gulae,
Quaſi ſemper, ori quod ſapit, ſtomachum juvet.
Non imperitè corpus humanum ſibi
Duncanus (*f*), olim Medicus haud ignobilis,

(*f*) Avis contre l'abus du Café, du Chocolat & du Thé a Rotterdam 1705. in 8vo conſule pag. 3 & 4.

Fingebat esse veluti propugnaculum,
Praeposita ab ipso cui gubernatrix Deo
Anima fuisset. Debet illa sedulò
Vigilare, damni nequid accipiat suis
Mandata curis societas domestica.
Ex multiplicibus multigenísque copiis
Conflatus instat undequaque Exercitus,
Intróque recipi quaeritat, quaquà licet.
Porrò has ciborum copias intellige,
Quos inter aut salubres aut innoxios
Plerumque, nonnulli inveniuntur pessimi;
Et hi quidem aditum patefacere tentant sibi
Non vi, sed amicâ specie & illicibus dolis;
Ipsáque Voluptas se sociam addit, & suis
Potenter illos lenociniis adjuvat;
Et Arabicam tuetur imprimìs fabam;
Quippe immodestas quae libidines fovet,
Hodiéque victrix largiter abundantibus
Gaudet triumphis, maximè in Germaniâ.
Ibi enim Cafeum intemperantiùs bibunt
Pueri, puellae, mulieres aequè ac viri,
Senésque, nec modò divites aut nobiles;
Sed etiam opifices miseruli, atque sordidâ
De plebe plures & mares & feminae;
Ut impudentes reperiantur servuli,

Operam locare qui recuſent annuam,
Dilecta ſibi ni ſpondeatur potio
Eáque quotidiana pro jentaculo.
Plerumque noſtros centum abhinc annis avos
Ad prandium vocabat hora circiter
Undecima: nunc ſecundâ poſt duodecimam
In urbe magnâ Pariſiorum nobiles
Plerique prandent, aliquot etiam tertiâ:
Tu, ſi ſapueris, more ab antiquo minùs
Longè recedes, ac duodecimam tuo,
Quantùm licebit, prandio praefinies.
Prandere carnem vervecinam ac bubulam,
Aut ſimul utramque aut ſeparatim utramlibet
Elixam, hominibus bene valentibus licet
Firmóque ſtomacho inſtructis; at pueri velim
Paulóque delicatiores feminae
Ut ad cibatum has adhibeant parcâ manu:
Succum gracilibus quippe quae nutritium
Robuſtiorem lacteis venis ferant.
Vitulina levior convenit caro omnibus:
Suilla, ſive elixa, ſeu toſta improbam
Concoctioni difficultatem ingerit;
Succos ea tamen ſubminiſtrat optimos,
Totúmque magnis corpus augmentis alit,
Stomachus modò ipſam praeparaverit bonus:

Hos itaque, validos quos facit robuſtior
Natura, durósque opifices tantùm juvat.
Siccata ſed ſi fuerit in fumario
Et aſperata multo induruerit ſale,
Tunc poterit eſſe ferream Rhedarii
Alicujus aut Cerdonis aptata ad gulam,
Neque tamen ipſorum etiam ſtrenuo licèt
Fortiſſimóque ventri, opinor, proderit.
Minùs nocebit botulus, & minùs quoque
Perna ipſa, ſi ſit mollior, neque hanc nimis
Et fumus & ſal & nitrum induraverint.
Appoſita ſi ſint condimenta, fortiter
Tibi imperare memineris, ne indulgeas
Propenſioni ad obſecundandum gulae
Invitamentis dulcibus. Videlicet
Carnibus abactus exinanitis liquor
Ubi jurulentus Indicis ſe aromatis
Immiſcuit & infecit innocuas dapes,
Conflatur indè maſſa quaedam, dotibus
Et ſulphuroſis praedita & ſalariis,
Quae vix reſolvi cùm queat, ſtomachum gravat
Vel glutinoſis fecibus totum impedit.
Hos itaque rarò & parciùs uſurpa cibos.
Si fortè carnem libeat aſſatam inſuper
Comedere, pullum ſive Gallinaceum,

Columbulúmve; vel Anatem aut Anſerculum;
Turdúmve Perdicémque; vel alias aves
Ejusmodi, vel Leporem, vel Cuniculum,
Vel juniorem Cervum, aut Capreolum aut Aprum;
Tibi temperare ab hisce te cibis licèt
Ardenter inhians cupiditas aegre ferat,
Obdura, & ipſi ne geras morem cave;
Neque tecum ſic loquaris illudens tibi:
Dumtaxat aliquid paululum de ſingulis
Decerpere volo: paululum iſtud ſcilicet
Saepe repetitum denique excedet modum.
Praeterea tanta haec eſculentorum tibi
Damnum varietas non creare non poteſt:
Namque aliis alia vim exerent contrariam
In ſtomacho; & ille ſentiet potentiam
Elateriorum (g) multimodam; ac diverſitas
Succorum iniquis quatiet hunc tumultibus.
Verùm abſtinere ab omnibus quoniam prope,
Copia ubi rerum placita abundat, eſt nefas;
Comede, ſed elige cautus: alia ſunt enim
Quae multùm, & alia quae parum, alia quae nihil

(g) Elaterium apud Veteres ſignificat vim ſuccorum medicinalium expultricem, hac voce utuntur Phyſici, ut virtutem, quam vocant, elaſticam exprimant.

Nocere poſſunt. Pulli gallinacei
Columbulíque facilè concoquitur caro;
Anſerculi, Caponis & Gallinulae
Et Agni & Haeduli & Pavonis Indici
Ac praecipuè Perdicis anniculae optima.
Alauda rarò, tibi Cothurnix ſaepius
Nocebit, at prope ſemper major & minor
Ruſticula, ſemper autem Porcus aut Aper;
Interdum Merula & Turdus; interdum Lepus;
Nunquam fere Capreolus aut Cuniculus.
Nunc ſiqua verò juſta lautioribus
Te ratio cogat intereſſe prandiis,
Memento habere temperantiam, neque
Sis in ciborum delectu oblitus tuî:
Et hunc quidem ſervare delectum & bonis
Quid prava diſtent diſpicere, multi intereſt:
Minùs tamen nocebit, ut ego ſentio,
Si prava comedas pauca, quàm bonis tuum
Quibusque ventrem ſi fatiſcentem obruas.
Adeò guloſis aviditas nocet ſua!
Sunt quos, ubi eſcâ ſe repleverunt, ſtatim
Libido magna dormiendi naviter
Sollicitat, usque membra dum invadat ſopor.
Infirmitatem hanc ſarcinae eſcarum gravi
Impar coquendae afferre ventriculus ſolet.

Contra obſtinati maximâ hi conſtantiâ
Pugnare debent & variis uti artibus,
Deambulare, canere, ludere, colloqui,
Si diſſipare vim ſoporiferam queant.
Verumtâmen horâ poſtmodùm unâ circiter
Elapſâ, ubi ſe levare ſtomachus incipit,
Optatus oculis ſomnus admitti poteſt,
Nec ullus eſt timendi, ne noceat, locus;
Modò ne ſit altus, at levis ſimul & brevis:
Quo fiet, ut jam procedentem adurgeat
Concoctionem, corpus & refrigeret.
Coenâ abſtinere, vel adhibere coenulam
Sibi tenuem, hodie plurimis uſuvenit,
Praeſertim hominibus, vrbes qui primarias
In Galliâ habitant: quod quidem haud mirabitur
Quicumque tempus prandii cognoverit
Plerumque protrahi apud eos enormiter.
Prandere ſed tu qui ſoles maturiùs,
Coenabis, ac quidem horam circa ſeptimam.
Hîc provide autem, ut ſis adhuc vigilantior
Prudentiórque, quàm fuiſti in prandio,
Cùm deligendis in cibis, tum maximè
In ſobrietatis exſequendis legibus.
Leviora tantùm ad eſculenta ſi manum
Admôris, & ea temperanter ſumpſeris,

Subinde ſtomachum & artus omni torpidâ
Gravedine expeditos in lectum feres,
Dulcíque ſomno denique recreaberis.
Coenare carnes, niſi leviſſimas, neque
Senibus puerísve, neque cacoſtomachis (*b*) licet;
Infantibúsque plus vel offula ſufficit.
Edere ſuillam aut bubulam, aut duriſſimo
Quidquid palato ſapuerit, poſſunt quidem
Valentiores & robuſtioribus
Viſceribus inſtructi; attamen quanquam ſatis
Impunè tali opſonio ſe farciunt,
Longè minùs quieto, dulci, & utili
Somno fruentur, quàm ſi leviores cibos
Adhibere maluiſſent; immo debiles
Poſt tempus inde ſe fieri, & varias ſibi
Infirmitates advenire intelligent.
Vis corporis enim nulla non cedit gulae.
Si fòrs gravato totum adhuc prope prandium
In ventre portas, vel alimentis abſtine,
Vel jusculo contentus eſto ſorbili,
Vel potiùs importunum onus ſcypho Theae
Vno alteróque dilue, & lectum pete
Simul atque paulò te levatum ſenſeris.

(*b*) Hanc vocem Cicero græce ſcribit, ad famil. L. 16. Epiſt. 4. *Jus dandum tibi non fuit, cum* κακοστόμαχος *eſſes.*

Porrò ipſe, téne geſſeris rectè an ſecus
Aut tempore coenae aut prandii, his ſignis potes
Cognocere: ſopor ſi tibi nocturnus fuit
Dulcis, nec interruptus; poſtera ſi dies,
Dum ſurgis, alacrem te & hilarem ſuſceperit;
Egiſſe te prudenter, inde colliges.
Sed inordinati ſanguinis excitatior
Si te jacentem curſus exagitaverit,
Somnúmque ſiccus impediverit calor;
Tum fraudulento ſi tibi pectus pondere
Gemuerit oppreſſum; atque ſtratis aſpera
Si te relictis torqueat moroſitas:
Ne dubita, iniquis paruiſti legibus
Intemperantiae aut ſaltem imprudentiae:
Quod & fatiscens ipſe ventriculus probet,
Heſterna abigere vitia dum connititur
Et ructuoſâ te fatigat nauſeâ.
Pias memineris, antequàm lectum petas,
Sanctàsque more Chriſtianorum preces
Profundere Deo: Religio Patrum hoc jubet,
Hoc propria etiam commoda tua poſtulant.
Perfuncta namque precibus ordinariis
Mens chriſtiana placidior fieri ſolet
Sereniórque, & aptiorem ſe proin
Somni beneficium ad recipiendum exhibet.

Si dormias ſupinus, humores fluent
Tardiùs & ipſe motu inaequali latex
Sanguinis agetur: itaque vel in dextrum latus
Vel in ſiniſtrum te reclina, dum jaces.
Multi queruntur, quòd ſibi totis noctibus
Sit ſaepe parcus aut fere nullus ſopor.
Plerumque minùs hi corporis habitu malo
Quàm praevalente mentis aegritudine
Vexantur: etenim inordinata quem tenet
Vigilem cupiditas, ille eâdem poſteà,
Cùm dormiendi veniet hora, tenebitur.
At gravibus etiam prandii aut coenae cibis
Stomachus laborans progenerat inſomniam.
Curatur iſte morbus abſtinentiâ
Jejunioque & hordei ptiſanario (*i*).
In corpore omnes dum canaliculi ſuos
Vndantiores continere vix ſatis
Poſſunt liquores, dúmque rapidâ ſpiritus
Levitate fortes incaleſcunt & fremunt,
Blandae quieti, almo ſopori quis locus?
Exaſperatus ergo potu leniter
Refrigerante temperandus eſt calor,
Et corrigendus inediâ nimius vigor.

(*i*) Horatius, L. 2. Sat. 3. v. 155.
Agedum, ſume hoc ptiſanarium orizæ.

Se ſtomachus hoc pacto inveteratis fecibus
Senſim levabit: cúmque deficiant caro
Et panis & alia eſculenta quae ſolent
Conſumere ejus & vim & efficaciam,
In glutinoſas, tota quibus obducitur
Membrana, cruſtas ſe potentiùs movet,
Eásque ſolvit & adigit deſcendere
In ilia, ſuccíque habuerint ſi quid boni
Convertit illud in liquorem lacteum.
Nempe Machaonia rite jejunantibus
Medicina parta eſt, quâ revireſcit ſanitas
Et vita prorogatur. O jejunium
Corporibus aequè conveniens ac mentibus!
Te Chriſtus ipſe per quadraginta dies
Celebravit, ut diſcipulis exemplum daret.
Hinc Religionis Chriſtianae Apoſtoli
Te praedicârunt univerſis gentibus:
Et ſubſecutis ad nos usque ſeculis
Coluêre te omnes, vita quos illuſtrior
Diviniórque Coelitibus immiſcuit;
Omnésque docti Chriſtianorum Duces
Te ſemper extulêre ſummis laudibus.
Nunc te refugiunt, ſacrilegis nunc te jocis
Philoſophicísve irriſionibus petunt
Multi rebelles, qui palam ſe transfugas

Profiteri avitae Religionis dum timent
Prisćisque nondum repudiatis ritibus
Se Christianos nominari adhuc volunt,
Ineſſe nullam ſibi Religionem probant.
Praecepta Pauli ſiquis ipſis differens
Commemorat: Eſſe providendum ſedulò,
Ne corpus, habitum leniter, ferociat
Adverſùs animam, & inſoleſcat, & imperet;
Illud proinde macerandum, ut pareat:
Audire ſanctam monitionem negligunt,
Dicteriisve deprimunt procacibus.
Commune ſed quid Paulo eſt cum Lurconibus
Cum diſſolutis Ganeonibùs, gula
Quos una ducit, venter & quorum eſt Deus?
Forſan Galeni auctoritas ipſos minùs
Offendet, etenim chriſtianus non fuit.
Ille tamen, ullo quod faveat ipſis modo,
Nihil exhibebit; immo prudentiſſimas
Et temperandi & abſtinendi regulas
Praeſcribere ſolet: quas quidem fideliter
Ac diligenter ipſe cùm ſervaverit,
Sibi ſenectam praeparavit optimam
Annúmque prorogavit ad centeſimum.
Age porrò, quoniam vivere exoptas diu,
Menſas memento varietate nobiles

Vitare, divitúmque mortiferas dapes
Contemnere aude: sobriè & frugaliter,
Ampliſſima tibi ſit licet res, vivere
Aſſueſce: vives & diu & feliciter;
Sanúmque corpus ſana mens tutabitur.
Nunc varia tradam conſilia, quorum indiget
Hominum frequentior uſus aut neceſſitas.
Hominibus ad vitam utiles inter cibos
Praeſtantiorem pane nullum exiſtima:
Concoctioni promovendae idoneum
Is, quippe fermentatus, auxilium dabit:
Sed alius alio melior. Hordeaceus
Bonus refrigeránsque, ſed mediocribus
Alvum fatiscentem adminiculis adjuvat.
Secale (*k*) non minùs hordeo refrigerat,
Magísque nutrit; triticum verò, magis
Vtroque calidum, magìs utróque proficit;
Venásque ſaepius otioſorum replet
Et copiam auget ſanguinis plusquàm expedit.
Heu! quàm, potentum per vitia mortalium,
Humana facilè conditio pervertitur!
Opulentus ille, & otioſus, & ſuâ
Obeſitate praepeditus, qui fere

(*k*) Secale, *le Seegle*, de quo loquitur Plinius, hiſt. L. 18. c. 15. eſſe videtur a noſtro longe diverſum.

Nil agere didicit per dies totos, nisi
Foedae voluptati incubare segniter,
Siligine exquisitâ turgidam sibi
Quotidie auget ventris amplitudinem:
Fraudatur pane dum siligineo miser
Agricola, cujus assiduis laboribus
Debetur ille, & hordeario gravem
Subsidio vitam sustinere cogitur.
Vtinam reciprocae utrinque mutentur vices;
Divésque pane utatur Hordeaceo,
Siligineóque se reficiat Rusticus!
Vtrique certè victûs haec mutatio
Prodesset: etenim fieret hic robustior;
Minúsque jam illi pertimescendum foret
A praevalente sanguinis abundantiâ.
Panis niger persaepe pauperibus datur
Et nominari Pauperum panis solet:
Laudo institutum: tamen his interdum dari
Puríssimâ ex siligine confectum velim.
Aliquando vidi rusticano Pauperi
Cùm delicatum candidúmque hujusmodi
Donaret aliquis panicellum: is gaudium
Testatus oculis gestibúsque ludicris,
Donum statim admomordit avidis dentibus,
Partémque coepit deglutire; mox tamen

Quasi resipiscens: Ah! residuum debili
Vetulaéque, dixit, pauperi uxori meae
Servabo, quae de talibus cupediis
Nunquam comêdit. Motus hâc amabili
Vxoriâ pietate hominis famelici,
Qui panicellum dederat, alterum addidit.
Salubris homini & optimus vini liquor,
Si modò sibi ille temperet, cur noxius
Insano abusu pessimúsque redditur?
Ventriculum & intestina bene corroborat,
Bene juvat ad succum elaborandum utilem:
Sed per scelestum intemperantiae dolum
Nimiâ receptus copiâ, angustis ubi
Malè continere se canalibus incipit,
Repentè fermentescit; atque ebulliens
Suos furores, omnia contra viscera
Arietat; angit musculos, nervos ciet
Laedítque; cerebrum volucribus nebulis replet,
Ipsam pudendis mentem agitat deliriis;
Corpúsque totum inordinatis motibus
Fatigat & saepe, quasi quidam prodromus,
Periculosis praeparat morbis locum.
Vinum celeriter in venas album fluit:
Rubrum moratur in stomacho diutius,
Quadantenúsque vice alimenti fungitur.

Vina inter omnia rubra sibi Burgundicum
Merito repoſcit principatum & obtinet.
Ne conquerantur plurium tamen Incolae
Provinciarum, vina ſegnior quibus
Natura terrae tenuia tantùm ſufficit.
Sunt illa parti maximae mortalium
Salubriora, quàm vocari quae ſolent
Generoſa: quippe, principiis levioribus
Conſtantia, juvant & fere nunquam gravant
Stomachum, nec ignem ſanguini nimium inferunt.
Burgundica almo cùm calore polleant,
Magno languidulis convaleſcentum & ſenum
Commiſſa venis eſſe ſubſidio ſolent:
Juvenibus autem fervidâ exultantibus
Aetate flammam inferre, quâ minimè indigent,
Tantummodò queunt: nec mulieres ſe his decet
Proluere, multóque minùs adoleſcentulas.
Durus at Arator ſi quis in lecto jacens
Morbo laboret, detur huic laguncula
Burgundici: plerumque recreabitur,
Curabitúrque meliùs, ulla quàm ſibi
Praeſcripta medica ſi fuiſſet potio;
Etiámque ſi fòrs ipſum aduſſerit febris,
Modò, ut ſit homines inter iſtos, ſobriam
Abſtemi-

Abſtemiámque duxerit vitam, bibat:
Potúmque jucundum utilémque ſentiet.
O praediorum nobilis complurium
Poſſeſſor in locuplete latifundio,
Nullam tuorum cur colonorum ſalus
Et vita curam tibi beato ſuggerunt?
Felicitate de tuâ & opibus tuis
Obſoniisve, quaeſo, quid decerperes,
Si paululum de vino, quo ſecretior
Tua cella abundat, ad hominem addictum tibi,
Tuum ad colonum febrientem mitteres?
Age, tuo amico mitte, ſed mitte optimum.
Nam vina, quae naſcuntur in Burgundiâ,
Quanquam universè cuncta reputantur bona
Debéntque laudari, alia ſunt aliis tamen
Praeſtantiora: quin & ipſâ ſaepius
In urbe Pariſiorum adulterantur et
Cum ſacro-caeſarianis (*m*) mixta liquoribus
Et parte cum aliquâ craſſi, quod vocant, Nigri (*n*)
Aureliani, pro Burgundicis palam
Venduntur, & rarò iſta fraus advertitur.
Vina inter alba primum habent vulgò locum
Campana, quamvìs inſalubria: hunc tamen

(*m*) Vins de ſancerre, en Berry.
(*n*) Uva quae vocatur, *gros moreau d'Orleans.*

Rhenana pariter & Mosellana expetunt
Meliori, opinor, jure, cùm sint commodè
Attemperata quotidianis usibus;
Campana verò non oporteat bibi
Frequentiùs, quàm Cypria, (o) vel Ariusia, (p)
Vel rupe quae coquuntur in Malvaticâ. (q)
Et vini & etiam panis in penuriâ
Homo vivere potest: sed aqua si defecerit,
Deficiet ipsum vita sensim ac deseret.
Olim (r) Parisiis cùm fuisset ad necem
Damnatus aliquis; ipse Rex sententiam
Rescidit; eúmque tradi jussit in manus
Scientiarum Academiae, ut certissimis
Cognosceretur experimentis, utrùm
Homo vivere diu sine aquâ posset, an secus.
Custodiendum hunc unus ex Academicis
Ac nutriendum duxit in suam domum:
Vinum affatim meracum & optimum dabat;
Carnésque pariter optimas, sed bacchico

(o) Vin de Chypre.
(p) Vin de Chio.
(q) Vin de Malvoisie, au promontoire de la Morée.
(r) Hanc historiam ante tres vel quatuor annos legeram, nisi fallor, in Commentariis Academiae scientiarum: nunc cùm locum declarare vellem, non possum, quamvis indices horum Commentariorum amplissimos evolverim.

Latici jubebat omnes infusas coqui;
Erátque panis ipse dilutus mero.
Damnatus ille noster aliquot mensibus
Tam singulare visus est vitae genus
Satis bene sustinere; postmodùm tamen
Languere coepit; marcidísque humoribus
Se debilitari, corpus & totum simul
Sensit macrescere sibi; donec denique,
Quam meritus ante jam fuerat, mortem subit.
Epota scilicet est aqua necessarium
Quoddam impedito quasi vehiculum sanguini,
Sine quo laborans ille se coagulat
Coinquinátque glutinosis fecibus:
Exinde succos crassiores intimis
Viscéribus atque glandulis dum dividit,
Irritat, angit fibras; nervos strangulat;
Et corpus opplet pessimis acoribus,
Cachexiâque (s) vastat insanabili.
Quìd Ditibus, quìd invidetis, Pauperes?
Contenta paucis & parabilibus bonis
Conditio debet vestra conquiescere:
Ubi panis & aqua suppetunt, bene vivitur,

(s) Graecè scribit hanc vocem Celsus, Medic. L. 3. c. 22.

Solétque vita prorogari longiùs,
Quàm Luxus exſtruit ubi regificas dapes.
Dona inter omnia, quibus uſus indiget,
Mortalibus aegris contulit nullum Deus
Praeſtantius aquâ; ideóque juſſit cuilibet,
Summis perinde & infimis eſſe obvium.
Saepius at homines obvia bona negligunt;
Eóque nomine, quia ſunt communia,
Contemnere ſolent. His tamen abhinc circiter
Annis quadraginta ipſe vidi, cùm latex
Hic noſter eſſet maximâ Lutetiae
In celebritate laticibus prae ceteris,
Plerique ut illo ſe quotidie affatim
Proluere amarent, alii vas aquarium
Quater, aliique quinquies inverterent,
Nonnullíque etiam ſexies aut ſepties: (t)
Quod & ego feci: poſtmodùm tamen hâc aquae
Tantâ gravari copiâ ſtomachum videns,
Ejúsque fibras officium minùs efficax
Praeſtare nimiâ laxitate debiles,
Mihi temperandum judicavi: non enim
In rebus etiam, ratio quas ipſa approbat,

(t) Libido haec per duos vel tres annos viguit: deambulantibus ſub veſperum, ſolemne erat, ut ſtatim interrogarent invicem, quot aquae lagenas hâc ipſâ die bibiſſent.

Vita ordinari poſſit ad ſapientiam,
Niſi rite provideatur, ut nequid nimis.
Aqua ergo valdè ſit ſalutaris licèt,
Potare tamen hanc paulo copioſiùs
Non ſemper, at bilis ubi ſtagnat, aut, fluens
Difficilè, ſanguis impeditur, expedit.
Salubre lac vaccinum, & hominis ſanguini,
Si color adeſſet purpureus, ſimillimum,
Aptiſſimúmque nutriendo corpori,
Stomachis quibusdam, vitio at ipſorum, nocet: 860
Coagulatur nempe acidis humoribus.
Vis magna olivi: corporis penetrat ſinus
Abſtruſiores; tendinibus & muſculis
Dat, rigidiores ſi fuerint, idoneam
Flexibilitatem; ſulphure etiam didito
Ventriculum inungit & laborantem adjuvat.
Sed praecipuè conducit acrimoniam
Ad leniendam ſanguinis: ſiquem tumor
Durus, vel arida cutis inflammatio,
Eryſipelásve (*u*) cruciet, per dies decem 870
Aut quindecim offam é pane triticeo ſibi
Deſectam ad ignem torreat, & adhuc bene

(*u*) Celſus, Medic. L. 5. c. 33. ſcripſit hanc vocem graece: *Id autem, quod* ἐρυσίπελας *vocari dixi.*

Calentem olivo penitus hornotino (x) irriget,
Comedátque: fugiet, ſi recens fuerit, malum;
Atque inveteratum, certè mitigabitur.

E nucibus expreſſum oleum poſſe Ruſticis
Solùm aut Inopibus ſapere, vulgò creditur:
Facillimam autem hîc juverit breviter viam
Monſtrare, poſſit quâ palatis omnibus
Sapere, & Olivo cuilibet nil cedere.

Bullire ubi oleum coepit, in ſartaginem
Tantummodò purus injiciendus eſt later:
Fetorem is omnem nempe trahet ad ſe & bibet,
Simul & ſaporem tollet omnem rancidum:
Hunc olei vitiis & gravem & ſaturum ejice;
Statimque piſces projice ejus in locum;
Támque bene frixos extrahes, quàm ſi tibi
Provincia oleum ſuffeciſſet optimum.

Plerique piſces pro cibatu commodè
Sumuntur, & ſunt ſaepius ſtomacho leves,
Modò muria tamen non eos infecerit:
Qui delicatus & ſalubris eſt cibus
Halex, ab ipſo ſi recens fuerit mari,
In capſâ ubi ſemel ſparſus eſt multo ſale,

(x) *Huile nouvelle, huile de l'année préſente.* hanc vocem Invenies apud Ciceronem, L. 3. in Verrem, c. 18. Init. & apud Columellam ter aut quater.

Aliquandiúque maceratus, ut assolet,
Mutatur; & fit acriculus ac noxius.
Perca antecellit piscibus fluviaticis:
Inter marinos primum habet Rhombus locum.
Fluviatici universè sunt paulo minùs
Sapidi marinis, & salùtares magis,
Si modò nitidior puro eos fluvius sinu
Aluerit, qualis montibus ab Arverniae
Caris (y) profunditur ipso lucidior vitro.
O fertile solum, ô terra frumenti ferax!
O nobis olim tantùm, at helluonibus
Nunc Aulicis & Publicanis cognita
Nemora; Capreolis omnium longè optimis
Habitata! sedes ô bona, ô Castrum-novum,
O Patria! Percas qui tibi optimas Caris,
Idem ille pisces generis omnis sufficit
Quos nemo spernat, proprium quippe hoc habet,
Gratum ut saporem piscibus vilissimis
Ipsísque porrò Gardionibus ingerat.
Plebi ac Proceribus ova gallinaria
Olim fuêre, adhúcque sunt magno usui,

(y) Caris, *Le Cher*, quem alii Carum appellant. S. Gregorius Turonensis, hist. L. 5. c. 91. *Liger major, postquàm ei Caris se adjunxit.*

Meritóque; nam quod officiat habent nihil,
Nihílque quod non adjuvet aliquatenus.
Suis vitellus partibus oleaginis
Suísque ſalibus auget efficaciam
Spirituum; acores pectoris, ſtomachi, ilium,
Uligine quadam permeante, diſſipat,
Totúmque ſuccis roborat corpus bonis.
Albumen ipſum, ſit licèt ſuâ indole
Aquaticum, paulóque glutinoſius,
Delenit inteſtina, ſimúlque lubricat.
Sorbilia proſunt ova, habéntque maximam
Salubritatem: proximè accedunt, modo
Speculorum amicta, in vaſe cocta fictili;
Quáeque imminuti multam lapithi copiam
Super exſtruuntur: nec ea oportet funditus
Induruiſſe, at eſſe ſubdura expedit.
Difficilè dura concoquuntur, & invicem
Glomerata miſtim; & quae placentae imaginem
Referunt rotundam: haec otioſis omnibus
Sunt gravia, parcâ niſi capeſſantur manu.
Quibuslibet autem praeparata ſint modis,
Proſunt quotidie Infimis compluribus:
Rhedariósque & opifices omnes fere,
Aliósque, quos Natura liberalior
Valente ſtomacho inſtruxit, & alunt & juvant.

Ova ergo debent optimos inter cibos
Numerari, neque contemni ab hominibus malè
Faſtidioſis: atque divinâ quidem
Cautum fuiſſe providentiâ puto,
Ut illa cuivis paſſim in his regionibus
Communem ad uſum vitae abunde ſuppetant.
Quapropter omnes facilè poſſunt obſequi
Veteri praecepto chriſtianae Eccleſiae
Et jejunare per quadraginta dies.
Si fortè dives non fueris; & piſcium
Annona coeperit eſſe paulo carior:
Illis carere quantus eſt, quaeſo, labor?
Ovum, legumen, atque olus ſi prandeas,
Prandere te bene et ſalubriter puta.
Legumina prope cuncta ſuccis plena ſunt
Oleaginoſis: leniunt pectus; fovent
Recréantque ſtomachum, augéntque corpulentiam.
Flatu frequenti viſcera exercent fabae,
Magnámve, ſicut Tullius loquitur, habent
Inflationem: (z) quod leguminibus fere
Contingere aliis generis ejusdem ſolet,

(z) De divinat. L. 1. c. 30. *Pythagoricis interdictum, ne fabâ veſcerentur, quod habet inflationem magnam is cibus, tranquillitati mentis, quaerentis vera, contrariam.*

Inſtructa quae ſunt indole farinariâ:
Sed apta ſtomacho ceteroquin conferunt
Alimenta & ipſum liberant acoribus;
Nutritióque ſucco venas irrigant
Largo, bonóque; & inde multum corporis,
Abdominísque multum aliquando naſcitur.

Lentem profuſis laudibus multi efferunt;
Neque pauci eamdem Medici planè vituperant.
Hanc non ego, etſi prae fabâ parum utilis
Videtur, eſſe vituperandam judico.

Oriza verò ſemper; & meritò quidem,
Laudata ubique ab omnibus Medicis fuit,
Tamen eſt cavendum ne illa, dum coquitur, nimis
Liqueſcat, aut ne facta glutinoſior
Diuturniore praegravet ſtomachum morâ.

Pepones, Cucumeres, & Cucurbitae ſuas,
Calor ubi regnat, delicias ibi offerunt;
Sub ſidere Cancri frigido verſantibus
Aliquando nobis naſcitur tantùm Pepo
Bonus, & labore quaſi coactus plurimo,
Intérque fratres ille vix centeſimus.

Comedere noſtris ſaepe convictoribus
Crudos Cucumeres, oleo acetóque & ſale
Aut pipere vel zingibere conſperſos placet.

Refrigeratur hoc quidem ſtomachus cibo;
Sed ſimul aquoſis & ſulphureis obrutus
Succis laborat, quos aegre ejectos ſuis
Ubi inteſtina anfractibus receperint,
Plerumque caecos hi tumultus excitant
Et aſpera etiam tormina interdum creant.

Crudi quoque comeduntur in Chio inſulâ
Cucumeres; ſed eos terra ferventi ſinu
Percoxit: & ibi temere per virides agros,
Per prata & arva, pérque ripas amnium
Naſcuntur; ullo neque condimento indigent,
Proprióque ſe ſapore commendant ſatis,
Súntque innocentes, ac deambulantium
Sedare poſſunt pariter & famem & ſitim.

Solitas tumere enormiter Cucurbitas
Nos aſpernamur, & relinquimus fere
Ubique edendas aut ſuibus aut Ruſticis:

Salubritatis tamen habent multum & bono
Cum lacte coctae & ſaccharo, cibi utilis
Dulcisque jure nomen & laudem obtinent:
Bubuláque demum ſi medulla acceſſerit,
Ipſam juvabunt delicatorum gulam.

Apud fere omnes incolas Germaniae
Olerum fit immoderata conſummatio.

Dum bubula caro decoquitur in cacabo,
Despumat aliquis ejus omnem ſcoriam
Superenatantem & in catinum dejicit
Ubi praeparantur olera: ſic ea contrahunt
Novum ſaporem qui palatum recreet;
At inde facta cùm fuerint paulo nimis
Adipoſa; ſi non adhibeantur ſobriè,
Onerare & impedire ventriculum ſolent.
Braſſica vetuſtos magno apud Graecos fuit
In honore; multis etiam habebatur quaſi
Panacea quaedam, varios intus & foris
Aegros labores hominum ſanare efficax.
Virtus tamen hodie ejus omnis creditur
Exigua: ſed fòrs Braſſicâ latet in rubrâ
Vivida poteſtas, Medicis hujus temporis
Incognita: certè ſiquis pro jentaculo
Succos quotidie hujus expreſſos velit
Potare, vitiis dummodò heſternis graves
Stomachi cavernae non fatiſcant, ſentiet
Poſt tempus habilem ſibi poſituram corporis
Senſim advenire, ſpémque vivendi diu.
His, qui gravari pituitoſo ſolent
Humore, proſunt vere naſcentes novo
Aſparagi: abundant quippe ſale volatili
Omnibus adeundis corporis meatibus

Idoneo: ſed eligendi ſunt, ſuâ
Qui viriditate ſe eſſe generoſos probant,
Terrâque natos è meliore: prae quibus,
Invitâ plurimorum conſuetudine,
Reſpuere debes, magna ſurgere quos fimi
Copia coegit, & colore pallidos
Infecit albo: fatui & inſipidi ſuâ
Plerumque naturâ iſti ſunt; vel dulcibus
Aliquando ſuccis ſi palatum mulceant,
Stomachum, ilia, venas, muſculos ac tendines
Virtute nullâ aut efficaciâ juvant.
Praecipuè verò glutinoſam habitudinem
Diſſolvere cùm ſint efficaces & viam
Facilè adaperiant Liquidorum fluxibus
Aſparagi acidulâ viriditate praediti,
Saepe Melancholicos & Hypocondriacos levant.

Vulgaris herba, Veteribus dicta Oxalis,
Lapithúmve, ſed quam nunc Acetoſam vocant,
Sapore grato, quamvìs acriculo, placet
Fere omnibus; eam tempore anni quolibet
Et colere fas eſt & legere: rarò tamen
Germanica inter fercula obtinet locum:
Quod miror: etenim plurimi in Germaniâ
Obeunt quotannis ex aduſti ſanguinis

Corruptione: ſanguini autem ſordibus
Expurgando omnes hanc ſciunt eſſe utilem,
Acidóque ſucco ipſius & ſale vivido
Aliquando corpus recreari tabidum,
Tenacibúsque Liberari humoribus.

Germani & alii, ſeptem qui Trionibus
Propinquiores, degravare carnibus
Praeter modum ſalitis ventriculum ſolent,
Ut Lapathum, ſic & aquaticum Naſturtium
Antidota credant ſibi prope neceſſaria.

Natura fungi cùm paraſitari ſciat,
Et ſpongioſis plena ſit meatibus,
Aliena fugit & propria reddit ſibi:
Ejus proinde pendet omnis pravitas
Bonitásve ab ipſâ, dantis alimentum ſoli,
Sive bona, ſive prava fuerit, indole.

Tibi ergo, Fungos ad cibatum ſi velis
Sumere, adhibenda diligens eſt cautio.
His abſtinere melius & conſultius,
Niſi fallor, eſſet; ſi tamen renuas, ſimo
Natos in aggeſto anteferre ceteris
Ne dubita: hi nempe ſulphureas ſimi induunt
Oleaginásque partes minimè noxias:
Prope ſemper alii ſalibus acriculis ſcatent.

Lactuca lacte abundat: unde proprium
Nomen recepit: Biliosis convenit
Et sanguinis calore ferveſcentibus;
Ipsósque aquoso commodè refrigerat
Liquore: senibus & veternosis, piger
Quibus humor hebetat languidos sensus, nocet.
Apii potestas magna: quippe quod sale
Acerrimo vigeſcat, & obstructos queat
Reconditiores corporis humani sinus
Aperire; variis etiam vulneribus opem
Afferre, foliis si minutis, & mero
Commixtis, atque leviter incoctis simul,
Cataplasma fiat, & applicetur, dum calet.
Sed mirâ imprimìs pollet efficaciâ,
Si restituendus musculorum sit tenor
Ac tendinum, aliquâ disparatorum gravi
Commotione vel labore spasmico.
Elixa saepe bubula ornatur caro
Apii coronâ: quam fere omnes respuunt:
At illa nostris bene cordatis Patribus
Et sapida semper credita est & utilis.
Liquore cum sanguineo se facillimè
Butyrum amicâ societate copulat,
Sit dummodò recens: namque postquàm coeperit
Veteraſcere, nocet: atque si nihilominùs

Comedatur, haeret in prioribus viis
Meatibúſque viſcerum, & deterrimos
Ebulliendo ſuccos hinc diſſeminat,
Omniáque replet peſſimis acoribus.
Cibus ille bonus eſt vere praeſertim novo,
Cùm ſe, fugato liberata frigore,
Amicit herbis terra pubeſcentibus,
Teneróque vaccae pabulo ſe ingurgitant,
Simúlque flores, mentam, amaracum, thymum
Paſcuntur: unde poſtmodùm dulcis ſapor
Operibus advenit omnibus lactariis.
Etiámque vaccina indidem vim contrahit
Urina, ſtomachum reficiendi debilem,
Et opem ferendi affectionibus malis
Fibrarum & aegris viſcerum laboribus;
Ipſámque podagram pellere aliquando poteſt,
Si modò bibatur calida, qualis mittitur
Mejente vaccâ. Per ſuos Arvernia
Diſcurrere montes ſuáque per nemora greges
Virûm ac mulierum vidit hujus ſeculi
Initio, & admirata majorem in modum eſt,
Cùm, ſeſe vaccis lotio levantibus,
Illud paratis excipere ſcutulis ſtatim
Properarent, invitísque biberent faucibus.

Inhoneſta multis potio efficax fuit
Remedium, & annos per aliquot magnâ ſatis
Lugduni & alibi celebritate floruit:
Etiámque Medicus neutiquam indoctus Librum
Tunc edidit, (a) Aquae-milleflorum nomine
Inſcriptum, ubi effert laudibus, quantis poteſt,
Suum hoc remedium ſingulare, & illius
Feliciter adhibendi rationem docet.

Dicebat olim de Sardis venalibus
Romana pubes: Altero alter nequior:
De Caſeo illud dicere prope idem licet;
Quippe malus Helvetius eſt, pejor Belgicus,
Arvernus autem aut Limburgenſis peſſimus.
His duri tamen opifices, atque alii, quibus
Natura mater provida ſtomachum dedit
Robuſtiorem, ſaepe veſcuntur ſine
Periculo: omnesque, ſibi modò bene temperent,
Comedere poſſunt Caſeum, quem ſufficit
Regio Parmenſis, quémve Saſſenagium.

Occulta penitus & recondita ſub humo
Tubera, ſine ullis germinibus aut ſurculis,
In ſe ipſa cogunt ſuccos & recolligunt,

(a) *Traité de l'eau de Mille-fleurs. A Lyon* 1706 in-12. Hujus rari tractatûs auctor fuit Joannes Peſtaloſſi.

Quaſi vereantur, nequis externus calor
Alioverſùs eos inſinuando diſſipet:
Hinc ille ſuavis atque aromaticus ſapor,
Quo grande pretium ſaepius ſibi arrogant.
Magnum calorem corpus in totum inferunt:
Tamen adjuvando debili ſtomacho ſenum
Quandoque profunt; Juvenibus vero & viris
Bene conſtitutis ac mediâ vigentibus
Aetate, ab illis abſtinere convenit.
Sapiant: & igne cùm incaleſcant, & boni
Sanguinis abundent copiâ, ne quaeritent
Ejus coagmentare plenitudinem,
Quod fieri nunquam ſine periculo poteſt.
At vos cavete delicatas ne ſuas
Divitibus epulas invideatis, Pauperes.
Felix guloſam qui cupiditatem ſtatim
A puero ſanctae ſobrietatis legibus
Subjicere novit & cibis frugalibus
Vitam tueri! Nam ille tranquillos init
Dulcésque ſomnos: ſurgit animo & corpore
Alacer, paratúsque ad obeunda munia,
Quaecumque pietas in Deum vera exigit,
Vel charitas praeſcribit erga proximum,
Vel denique ſibi propria utilitas petit.
Si fortè in alvo viſceribúsque ceteris

Superſit aliquid fecium, almus quod ſopor
Et vis quietis ipſa non conſumpſerint,
Diurnus illud omne comminuet labor
Agitatióque diſſipando inaniet.

Prandet pretioſa Dives, & fragrantibus
Triumphat in Tuberibus; at poſt prandium
Languet, fatiſcit, pandiculatur, oſcitat
Pallidus, inérsque; vel jacendo crapulam
Edormit. Iſte Pauper autem vilia,
Vili coemta pretio, & ſaepius boni
Indiga ſaporis, non tamen ſalubribus
Privata ſuccis, pro dape ordinariâ
Capeſſit; & Natura libenter approbat
Inſuave ferculum, ipſa quod condît fames.

Is quoque triumphat poſteà, non quòd gulae
Sit obſequutus, ſed quòd eam refregerit,
Suúmque tenue prandium ſibi ſentiat
Bene profuiſſe; muſculorum flexilem
Potentiam, agilem corporis efficaciam,
Et pura mentis gaudia ad extremùm ſibi
Redire, fructus temperantiae optimos.

Hoc ergo ſibi ſalubre vivendi genus
Reputat, amátque, doctus experientiâ
Longâ fidelíque, & Beatis, (*b*) quos vocant,

(*b*) Muretus ad Plauti Poenulum, Act. 1, ſc. 2.

Praeferre se audet, ipsorúmque perfidam
Sortem vocat, spernitque magnificas dapes.
Interea pennis praepetibus aetas fugit:
Multo senectus pondere annorum gravis
Adventat: ejus ulla vix incommoda
Ille experitur: minimè caligantibus
Oculis minutos literarum apices legit,
Nec ad legendum conspicillis indiget: 1210
Erecto incedit corpore & firmo gradu:
Aestatis ignes, frigus hyemis sustinet
Sanus perinde ac fortis: admodùm senex
Potest vocari, decrepitus autem nequit.
Denique odiosus nemini, omnibus suis
Utilis amabilísque, nestoreos dies
Vivendo postquàm expleverit, vitae satur,
Caelestiúmque plenus & sanctè memor
Beneficiorum, quae Deus largitus est
Pater benignus, proximam mortem videt 1220
Laetóque vultu pariter & animo excipit;
Minúsque morti, quàm sopori, occumbere
Videtur: adeò pacem adhuc spirat bonam!

---

v. 90, Ubi mulier quaedam dicit malle se bonam vocari, quam beatam: *Beatos*, inquit, *olim vocabant, qui abundarent opibus.*

Quid varia memorem poma, quae apponi solent
Mensâ in secundâ? stomachus his facile potest
Carere: sed gula stomachum non consulit.
Complura sive pruna, seu mala aut pyra
Suavissimo sapore praedita sunt quidem;
At pleraque parum ad sanitatem conferunt,
Omniáque, si ultra, temperantia quàm sinit,
Comedantur, ut fit saepius, multùm nocent.
Tunc etenim in alvo cùm diutius haereant,
Quodam reciproco glutine revincta invicem,
Suísque succis conglobata tenacibus,
Ibi computrescunt; viscerúmque omnes sinus
Tumultuantes sordibus impuris replent.
Majoris adsunt ubi pyra amplitudinis,
Volema nempe, quae cavâ nequeas manu
Comprendere, unum si integrum comêderis,
Intemperanter feceris: medium seca:
Juveni satis erit, & nimium etiam seni.
Suo nitore Persica potenter cient
Mala appetitum: si sapis, tibi impera:
Namque duo vix impune; tria vel quatuor
Vorare, stomachi sine labore, non potes.
Periculosa poma sunt multo minus
Armenia; prunáque, optimae si sint notae;
Et mala, quae Reginae nomen obtinent,

Et alia, quorum texere indicem haud vacat,
Etiámque legere forsan ingratum foret.
Ad mensas autem quae secundas pertinent
Ex instituto more veterrimo patrum,
Noxia monuimus esse habenda plurima,
Non quòd ea per se continuò sint noxia;
Sed quia plerumque solidioribus cibis
Superingeruntur, contra quos inefficax
Conatu inani cùm exerant elaterium,
Torpent, acescunt, & putrescunt denique.
Sumpta tamen alio tempore magìs commodo
Juvare poterunt: ficus albida; Cerasum
Seu Junianum (c) fuerit, seu Duracinum, (d)
Acidi saporis, vel coloris subnigri;
Malúmque regio insignitum nomine,
Calviriúmve, (e) quod vocant, sive albeat,
Seu totum amictu subrubente purpuret;
Pomúmque nobis quod ager Armenius dédit;
Pyrúmque Mali nomen aurei gerens:
Tot alma fructus Terra producit parens
Offértque passim temporibus anni statis

(c) Guigne. v. Plin. Harduini, L. 15. c. 30.
(d) Bigarot. Ibid.
(e) Pomme de Calville.

Modò hos modò illos, non ut hominum recreet
1270
Dumtaxat oculos, ſed alimentis dulcibus
Ut blandiatur ſubveniátque corpori.
Porrò iſta ſi mittantur in ſtomachum gravem
Ac impeditum juſculis & carnibus,
Officient, ut jam praemonui, nedum juvent:
Viſceribus ergo liberis Pyra expedit
Et Mala & Uvas & Ceraſa concredere.
Vacuum ſibi petit ficus imprimìs locum;
Et manè ſumpta jejunam alvum lubricat.
His ſedulò omnibus animadverſis, viri 1280
Non imperiti cenſuêre jam diu
Fore multo ſatius, prandium ſi inceperit
A ficu & uvâ, Ceraſóve, aut Malo, aut Pyro,
In ferculísque jurulentis deſinat. (f)
Sed plura diſſerendi amore cur feror
Intemperato? Quae mihi eſt ſumpta in manus
Materia ſpatiis amplioribus patet:
Evolvere omnia, ſinguláve perſtringere
Nec ratio nec fas tempore hoc miſero ſinunt,
Quo nova ſceleſtis hominibus Philoſophia, 1290
Vel caeca potiùs mentium perverſitas

(f) Cicero, Invent. Rhet. L. 1. c. 20. *Non ab eo, in quo proximè deſitum erit, deinceps incipietur.*

Incubuit; & dum violat Imperii ſacram
Auctoritatem, ac Religionem patriam
Exterminare parricidali cupit
Furore, Muſas prope ſimili odio ſtudet
Perdere Latinas & abolere funditus:
Fruſtra: vigebit usque, quam fecit Dei
Eccleſia ſibi propriam, Latinitas.
Meo quidem operi praeſtituere terminos
Anguſtiores ipſe deſtinaveram:
Eſſémque brevior, ſi mei, cùm ſcriberem,
Eſſe meminiſſem propoſiti tenacior.
Quid enim neceſſe eſt diſputationibus
Laborioſis proſequi ſcientiam,
Cujus periti qui putantur, ſi audeant
Pronuntiare celeriùs, caecutiunt;
Dubitare verò ſi ſciant, errant minùs?
Heu! gravibus umbris undique circumvolvimur:
Res petimus ipſas, & capimus inania
Simulachra rerum ſaepius: qui ſe putat
Maximè oculatum; acutiúsque ceteris
Se gloriatur cernere; in nocte ambulat
Caliginoſâ, quam ſuis ſuperbia
Obſcuriorem reddere tenebris ſolet.

Tot inter iſta erroris, ignorantiae,
Et caecitatis continua pericula
Homo collocatus an relinquetur ſibi
Propriâ adjuvandus unicè prudentiâ?
In ejus animo nullâne excitabitur
Scintilla, quae ſpem aliunde venturi ingerat
Auxilii? Id omnis judicet credi nefas,
Qui miſericordem qui pium haud negaverit
Exiſtere Deum. Cum Deus ergo non minùs
Praeſtet benignitate, quàm potentiâ;
Et quem veremur arbitrum vitae ac necis,
Idem ille cùm ſit luminum auctor & dator;
Ipſum invocare precibus aſſiduis decet,
Nobis ut omnem indulgeat ſapientiam,
Quâ miſeri egemus, ad videndum, quid petant
Malae impediti corporis habitudines;
Quid ſuadeat calentis aſperitas cutis;
Quid membra moneant inquieta; quid ſibi
Faſtidioſus ſenſuum ſtupor velit:
An vera nervos debilitet infirmitas,
An verus angat pectus aut ſtomachum labor;
An vana potiùs ſomnia haec ſint omnia,
Morbúsque mentem imaginarius occupet.
Utut eſt, memineris omnibus vitae malis
Non poſſe remedium objici magìs efficax,

Quàm ſi tuam omnem rite ſollicitudinem
Dei paternos in ſinus projeceris.
Hinc illa mentis & animi tranquillitas
Orietur, ex quâ multa vis enaſcitur
Ad ſanitatem ſtabiliendam corporis.
Sed ille quomodò eſſe tranquillus poteſt
Qui, quo beatum ſe putat bono effici,
In vaſe fragili abſconditum id totum gerit?
Plerisque hominibus (heu pudenda caecitas!)
Summum videtur bona valetudo bonum.
Haec autem ab omni parte quas patitur vices,
Aſſultibúsque quàm frequentibus patet!
Formidoloſa ſi tibi anxietas, pavor
Et terror inter tot pericula imperent;
Triſtem, inquietum te miſeria deprimet
Perpetua: ſtultis dum meditationibus
Mentem obſtínatam paſces, ac tua jugiter.
Tecum revolves incommoda, praeſentibus
Torquebere malis & futuris & ſimul
His quae tibi nunquam forſan adventura ſint.
At ſi ſapueris, nec tibi valetudinem
Ipſámque vitam imaginando finxeris
Pretioſiorem, ſana quàm ratio ſinit:
Tunc victa curae edacis importunitas
Ceſſabit, & ſerena fient omnia:

Lucida ſubibit nempe cogitatio;
Peritura tantùm lubricáque nobis bona
Conceſſa, nec datum ut fruamur his diu:
Hîc manſionem homunculis mortalibus
Aſſignatam eſſe, longis rarò finibus
Determinatam, ſaepius breviſſimis,
Vitreaéque ſortis varietati obnoxiam:
At fulgurantes ſiderum ſupra globos,
Felicitatis Arce in aeternâ, omnibus
Qui Chriſtiana ſigna amaverint ſequi,
Sanctéque, Chriſto ſospitante, vixerint,
Sedes paratas eſſe, quas bona gaudia
Hilarant, & omni ſolvit alta pax metu,
Decórque veſtit neſcius immarceſcere.
O Statio fortunata, Coeleſtis Domus!
Quid ſtruimus? aut quo ſatìs honeſto fomite
Spes alimus, ad te noſtra mens ut negligat
Aſſurgere, tuásque ſibi promiſſas opes
Quaſi praevolante deſiderio agnoſcere?
Heu! plauſibilia quae fuerunt, proximè
Elapſâ Patrum aetate, cùm florens adhuc
Religio morem Philoſophis imponeret,
Spernuntur hodie, vel etiam inſolentibus
Juvenum cachinnis propalam excipi ſolent.

Cordatus aliquis Troſſulo ſi dixerit:
Juvenilitatem quìd tuam jactas miſer?
Quìd gloriaris inter Aequales tuos,
Mulierculásve, quòd emicare noveris
Feſtivus & pulchellus? habent ſuam quoque
Feſtivitatem, & pulchritudinem ſuam
Aſellus & porcellus, ac nihilo magìs
Hinc gloriantur: ſenſum ii videlicet
Laudis capacem vituperîve non habent.
Superior autem Belluis cùm ſit tibi
Natura; téque, conjicere quantùm licet,
Sine mente corpus eſſe non exiſtimes:
Debes profectò ſummum ad Auctorem tuum
Erigere mentem hanc, nec ſinere terreſtribus
Totam impediri & inquinari ſordibus:
Niſi tibi fortè ſatius eſſe duxeris
Libidinem omnem, more Brutorum, ſequi,
Vitamque malis agere quantumvìs brevem,
Modò tibi liceat in volutabro mori.
Ad haec cavillas futilésque Troſſulus
Sannas reponet; vel etiam ferocieus
Procacitate injuriisque atrocibus
Bona monitoris conſilia redarguet.
Non inſidere ejusmodi nebulonibus
Cura nimis anxia valetudinis ſolet:

Hos sibi voluptas una dum addictos tenet
Modisque variis decipit, satis occupat,
Aliâque distrahi anxietate non sinit.
Agitantur, ardent, dulcibus deliriis
Pascuntur, ebriique deliciis furunt.
At inopinata satietas mox advenit,
Saevitque, & omni destitutos spe boni
Usu quoque ipso mentis orbat, ac necem
Denique nefariam adigit ut sibi inferant.
Miseri! supremum agnoscerent Dominum, Patris
Summam benigni exposcerent potentiam:
Divinam habere propitiam poterant manum,
Et fallere mali Daemonis tyrannidem:
Tum victitando sobriè ac frugaliter,
Et Christianis obsequendo legibus
Emergere paulatim omnibus ab angustiis,
Et sanitatem recuperare pristinam.
Nam qui sacrilegis, ante praescriptum diem
Cruenta manibus fata deproperant sibi,
Annis fere omnes cùm vigeant virilibus
Juvenilibúsve, morbus ipsorum, licèt
Periculosus ceteroquin & ferox,
Non est tamen reputandus immedicabilis:
Hypocondria, jecur, fibrae, nervi, musculi,
Ubi suum ille virus inimicum solet

Recondere, hâc aetate non adeo rigent
Videlicet, perverſus ut eorum tenor
Nequeat refringi, ſitque inemendabilis.
Bonum ergo vitae regimen, caſtitas, quies
Corporis & animi, intemperantiae malum
Corrigere poſſunt, ſi modò oretur Deus,
Ut largiatur hanc benignus Gratiam,
Humana quâ ſit ſuperior ſe infirmitas,
Quâcum omnia poteſt, & ſine quâ poteſt nihil.
Sed in hiſce terris: ubi ſuperbia impotens
Dominatur, humiles quem locum inveniant preces?
Olim refugium calamitoſis omnibus
Solatiúmque, respuuntur nunc fere
Ubique; nec eas, quodlibet malum ingruat,
Concipere poſſunt aut leviter etiam aggredi
Pectora, veneno quae philoſophico tument.
Plerique ſibi, quod vitae ad uſum pertinet,
Suppetere; nil ſupereſſe quod Deum rogent;
Palam aſſeverant: ſibi videntur belluli,
Argutuli, dicaculi, polituli;
Ac tempora ſua temporibus prae ceteris
Felicia putant. In aliâ tamen retro
Aetate major an fuit neceſſitas
Orandi & obſecrandi, ut iratus ſuae

Deus esse nolit misericordiae immemor,
Justúmque placet Vindicem clemens Pater?
Heu! devoratis igne subterraneo
Nemoribus, agris, villis, pagis, urbibus,
Europa clades jam diu luget suas;
Dúmque expaveſcit & adstupet fumantibus
Adhuc ruinis, grandiores insuper
Metuit futuras. Interim lasciviunt
Philosophi; & arte ludere popellum rudem
Circumforaneâ allaborant, futiles
Non imperiti venditare ineptias:
Magísque dignum mente philosophicâ scelus
Aggressi, in ipsum perduelles non timent
Pugnare Jesum, nostra qui vita & salus
Voluit haberi, & esse meritus est, ubi
Moriens in altâ regeneravit nos cruce,
Verúsque Soter (g) generis humani fuit.
Alii tenaces Religionis patriae
Circa exhibendam Dogmatibus ejus fidem
Mysteriisque, Christianos se palam
Profitentur, & plerumque caeremonias
Ritúsque sacros si minùs fideliter
Videntur observare, saltem praedicant

(g) Cicero, in verr. L. 2. c. 63. *Is est nimirum Soter, qui salutem dedit.*

Ultróque laudant: sed probè quanquam sciunt
Animae innocentis, quam peculiaribus
Adjungere sibi amat Deus commerciis,
Meditationes religiosas & pias
Precationes esse sibi etiam utiles,
Illisque posse Rem juvari publicam:
Saepe tamen eadem non abhorrentes loqui
Cum levibus impiisque Desertoribus
Sodalitatis Christianae, onerant jocis,
Contemptu acerbo, omnique contumeliâ
Monachos & arctae Coenobitas regulae
Obtemperantes: nec dicam improbam timent
Impingere ipsis Sanctimonialibus,
Vita quibus agitur dignior reverentiâ.

Quae sancta Clarae exempla vel Theresiae
Exprimere conantur animosae virgines
Jam non, ut olim Christianorum excitant
Venerationem: sibi gemunt damnum dari
Aliquando ab ipsis Principibus etiam viris,
Quorum favorem potiùs expectaverant.

Nec mitiùs tractantur homines, qui student
Ducem ac Magistrum sive Brunomen sequi
Seu Romualdum, inanibúsque jam diu
Curis soluti vel Dei laudes sacris
Celebrare certant hinc & inde cantibus:

Totósve

Totósve in ipsum se refundentes Deum
Sibimet immoriuntur ac discunt simul
Coeleste quoddam induere vivendi genus.
Hos verò & alios, inquies, multos virûm
Ac feminarum quamlibèt pios greges
In actuosâ inutiles Republicâ
Esse reputandos diffitesi non licet.
Non licet? Ego tamen diffitebor maximè.
In Civitate namque vir siquis probus
Exhibeat in se exempla virtutum suis
Imitanda vario pro statu Popularibus,
An ille porrò habendus est Civis malus
Inutilisque, mechanicas artes licèt
Nullas, sibi quippe incognitas, exerceat?
Servare Civem à morte laus est maxima:
Nullane probatis deterrere moribus
Ne flagitiorum in gurgitem praeceps ruat?
Sed qui refugiens ab hominum consortio
Latêre & agere statuit obscuros dies
In solitudine, esse cui potest bonus?
Ille sibi & aliis esse perbonus potest:
Diviniùs enim regeneratus, & quasi
Effectus ipsi contubernalis Deo,
Stat medius inter ejus ultricem manum

Hominúmque ſcelera, & precibus ac virtutibus
Divinam in omnes miſericordiam excitat.
Quàm varia quámque conſilia Mortalium
Mutabilia ſunt! Religioſis Coetibus
Aetate Patrum proximè elapſâ fuit
Paſſim ſuus honor & ſua etiam gloria:
Hos nunc, Philoſophis claſſicum canentibus,
Plerique perſequuntur, & odio prope
Internecino exasperati clamitant
Exterminandos eſſe, quippe omnes fere
Malè otioſos, ceterósque noxios:
Et avara ſi quos Principum ſeveritas
Auctoritásque funditus aboleverit,
Laetantur, applaudúntque. Quantis laudibus
Onerare cladis Jeſuiticae duos
Trésve ſociatos machinatores ſtudent!
Stolidè triumphant, quòd viros qui publicae
Totos ſaluti hucusque ſe devoverant,
Fulmen vibratum ab Arce Romanâ, nihil
Tale metuentes deſubitò percuſſerit
Dejecerítque de ſuo miſeros ſtatu.
At illa celebris usquequaque hinc ultimas
Ad Orbis oras Imperatrix Ruſſiae
Catharina profugis & ſuo quaerentibus
Idoneum lenimen infortunio

Praebuit asylum & beneficam obtulit manum:
Quin & suâ sagace providentiâ
Res tam bene omnes ordinavit, ut bonam
Simul inquilinis simul & indigenis pari
Fruendam utrinque sub favore indulserit.
Hinc, mutuae inito charitatis vinculo,
Facilè coaluit, & suas, ut antea,
Rediviva coepit Societas Leges sequi,
Habere propria Templa, proprios Praesules,
Collegia sua, suáque Seminaria,
Plenámque Alumnis rite formandis Domum.
Hâc ego beneficae motus indulgentiâ
Reginae, & ipsis vetere conversantium
Sub Regulâ Sodalium virtutibus,
Statueram à Patriâ longius recedere,
Ac sedem, amoenam ceteroquì & commodam,
Linquere, mihi olim quam exuli miserans dedit
Utriusque Magnus ille Dux Bojariae
Ad exhibendam promptus afflictis opem,
Munifica cujus beneficia, nostro altiùs
Infixa cordi, nulla delebit dies.
Sed onustus annis septuaginta tribus (*b*)

(*b*) Scribebam haec anno 1783: sed mense Julio anni 1787 totum opus relegi & castigavi.

Tam longam inire támque difficilem viam (*i*)
Si non refugerem, forſan imprudentiae
Crimen apud aequos Judices incurrerem.
Hoc igitur eſſe repudiandum credidi
Conſilium, & usque, donec hora venerit
Extrema, in illo perſeverandum loco
Divina mihi quem Providentia obtulit.
Intereà in umbrâ ſolitudinis meae,
Dum fluere video reliquias vitae breves
Inglorius, conabor aſſiduis Deum
Movere precibus, ut benigno Ruſſiam
Reſpiciat oculo, & ad ſalutiferam Petri
Sedem reducat; & omne cui laudis genus
Belli perinde ac Pacis artibus dedit
Colligere, ſanctioris hanc etiam velit
Ornari avito Religionis munere.
Vincet, ita ſpero, vincet indignae moras
Diſſenſionis agétque depulſas procul
Inſignis Heroina, ſubditae ſibi
Aeterna Gentis gloria; & quem jam diu
Pontificem Amicum fecit, hunc ipſum, brevi
Forſitan, habere non recuſabit Patrem.

(*i*) Difficilis illa praeſertim videtur, ſi ſpectem ad Libros, quorum mihi numerus excedit tredecim millia.

FINIS.

18 21 23 28 29 35 37 39 41 44 48 49

Paris 74-